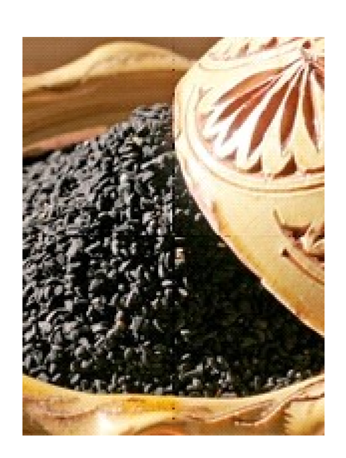
Les bienfaits des graines de nigelle



Le prophète (que la prière et le salut d'Allah soient sur lui) a dit :

« Soignez-vous en utilisant la graine de nigelle, c'est un remède contre tous les maux à l'exception de la mort ».

Voici un aperçu des qualités et vertus de la graine de nigelle qui sont un signe certain, parmi tant d'autres, de la prophétie de notre prophète dans le domaine médical. Le prophète nous a en effet enseigné depuis plus de quatorze siècles que "la graine de nigelle" était un remède
contre tous les maux. Abou Hourayra affirme avoir entendu le prophète dire:
"Utiliser la graine de nigelle dans vos soins, c'est est un remède contre tous les maux exception faite de la mort".

La graine de nigelle est appelée "habat al-baraka" (la graine bénie) en Egypte, al-kamoun en Libye, "al-qahta" au Yémen, "al-sânoudj" en Algérie, "al-shounîz" en Iran et Nigella sativa en latin. On la nome aussi "al-bashma".

La graine de nigelle se compose d'éléments actifs ayant bon goût et produisant un effet miraculeux. Elle contient du phosphate, du fer, du phosphore, du carbo-hydrate, des essences qui forment l'essentiel de son pouvoir. Elle renferme des antibiotiques pouvant détruire tout virus, microbe ou bactérie, du carotène au pouvoir anti-cancéreux, des hormones sexuelles fertilisantes et excitantes; Elle possède également un pouvoir à faciliter l'élimination d'urines; elle renferme des enzymes anti-acides, des calmants mais aussi des éléments stimulants le développement de l'intelligence. Ce ne sont là que quelques vertus parmi d'autres que la recherche appliquée pourra découvrir un jour et qui pourraient dispenser de médecin et de tout autre pharmacie, notamment son huile qui renferme son pouvoir.

LA GRAINE DE NIGELLE ET LE SYSTÈME IMMUNITAIRE

La graine noire est une plante qui a été largement utilisée comme traitement pendant plus de 2000 ans. Les expériences modernes ont montré que la Nigella sativa avait un effet de dilatation des bronches, un effet antimicrobien, un effet de régulation sur la tension

artérielle et un effet sécréteur sur la bile. Ce constat nous a mené à penser qu'elle pourrait avoir un effet stimulant sur l'immunité.

Des expériences de laboratoire ont été effectuées sur des volontaires en bonne mais connaissant une certaine insuffisance dans leur immunité. On a donnés 2 grammes de graine de cumin noir par jours à un premier groupe composé de 27 volontaires, qui a révélé un effet positif sur le rapport du Th, solides totaux. Ce rapport s'est amélioré de 55% à ceux qui ont reçu la graine de nigelle. Dans le deuxième groupe composé de 19 volontaires le rapport s'est amélioré de 72%. Ainsi, la graine noire pourrait être considérée comme stimulant d'immunité, et pourrait jouer un rôle dans le traitement du cancer, du SIDA et d'autres maladies qui s'accompagnent d'insuffisance d'immunité.
La graine noire a été employée dans beaucoup de pays du Moyen et Extrême-Orient comme traitement curatif pendant plus de 2000 ans. De nombreuses traditions ont mentionné cette graine depuis plus de 1400 ans. La substance active (Nigellone) n'a été extraite à partir de l'huile de la graine noire qu'en 1959. Le rôle de la graine de cumin noir dans l'immunité n'a été estimé qu'en 1986. Cette étude a été présentée par les chercheurs à la quatrième conférence internationale pour la médecine islamique tenue à Karachi en novembre 1986.

Moyens et substances :

18 volontaires vraisemblablement en bonne santé ont été divisés en deux groupes. Le groupe 1 est composé de 11 volontaires à qui on a donné 1 gramme, deux fois par jour de Nigella sativa. L'autre groupe (de 7 volontaires) a reçu un placebo de charbon de bois. Les deux substances étaient contenues dans des capsules semblables pour ne pas leur indiquer ce qu'ils prenaient. Ce groupe se composait de 11 hommes pour 7 femmes âgés de 12 à 50 ans pour un âge moyen de 30 ans. Les chercheurs ont ensuite procédé à un compte complet des cellules lymphatiques (B, T), comprenant les solides totaux et le Th. Après 4 semaines de prise de ces capsules, le processus entier a été répété. L'activité des cellules phagocytaires a été également mesurée sur des cellules prises des volontaires ainsi que sur des cellules cancérogènes qui ont été développées à l'intérieur du laboratoire dans différents rapports. Le rapport de l'effecteur à la cible était comme suit (10:1, 50:1, 100:1).

Résultats :

Dans la plupart des groupes de volontaires prenant la Nigelle, il on pouvait observer un perfectionnement en Th et solides totaux ainsi que pour les cellules phagocytaires. En même temps le perfectionnement du système d'immunité a diminué dans quelques unes d'elles. Les résultats définitifs ont montré une amélioration dans le rapport de Th:Ts d'une moyenne de 72%. Elle a également montré une amélioration de l'effet des cellules phagocytaires dans le rapport : 187%, 29%, 7% pour les rapports précédents d'effecteur à la cible. Quant au groupe qui a été ingéré le charbon de bois, le résultat final était une augmentation du rapport de Th:Ts de 7%.

Explication des résultats :

Les résultats ont prouvé le rôle positif de la Nigella sativa dans l'amélioration du système d'immunité. Cet effet était particulièrement clair dans la ration de Th:Ts. Il faut tout de même noter certains écueils parmi ces deux chaînes d'étude et ainsi des facteurs qui devraient être pris en compte en passant en revue les résultats :

1. Le nombre de volontaires pour l'étude était insuffisant. Un plus grand nombre donnerait des résultats plus fiables.

2. Nous avons employé une dose de Nigelle un gramme deux fois par jour. De plus grandes doses peuvent avoir un effet plus fort.

3. Les volontaires bien qu'ayant une insuffisance dans leur immunité (leur ration de Th:Ts a 1.2 ans, alors que la normale est 2), étaient encore en bonne santé et de souffraient pas d'une pathologie grave telle que le cancer ou de tous les symptômes médicaux causant une perturbation dans l'immunité.

Conclusion :

Nous avons prouvé par cette étude que la prise de Nigella sativa (graine noire de cumin), par voie orale pour une posologie de 1 gramme deux fois par jour, a pour effet de stimuler les fonctions de l'immunité. Ceci a été noté dans l'amélioration du rapport de Th:Ts et de par l'amélioration des cellules phagocytaires. Ces résultats révèlent l'importante et conséquente possibilité d'employer la graine noire comme perfectionnement normal d'immunité dans le traitement du cancer, du SIDA et d'autres cas d'insuffisance d'immunité.

Ce qui a été mentionné dans la Sunnah au sujet de la valeur de la graine noire :

On sait que le système d'immunité a un effet direct et indirect sur tous les systèmes corporels. N'importe quelle perturbation dans le système affecte tous les systèmes du corps comme dans le SIDA. En outre la solidité de ce système et de son perfectionnement aurait un effet direct ou indirect sur tous les systèmes du corps. Quand un être humain est infecté par n'importe quelle maladie, la puissance du système d'immunité affecte le traitement de cette maladie directement ou indirectement. Nous avons prouvé par cette recherche que la graine noire augmente le système d'immunité du corps et améliore ses fonctions

DÉCOUVERTE DU SECRET DE LA GRAINE DE NIGELLE

La graine noire est vraiment une herbe étonnante !

Pendant des siècles, la graine et l'huile de cumin noir ont été employées par des millions de personnes en Asie, Moyen Orient, et en Afrique comme traitement médicamenteux. Cette épice aromatique, qui ressemble à la graine de sésame mais en noir, a été traditionnellement employée pour diverses pathologies respiratoires, gastriques, afin de stimuler les fonctions immunitaires de l'intestin, des reins et du foie, pour ses vertus sur la circulation sanguine et enfin pour le bien-être général. La graine noire est également connue sous le nom de graine de cumin noir, Habbatul Baraka (la graine bénie), et par son nom botanique "Nigella sativa".

Depuis 1959, plus de 200 études universitaires et publications internationales ont prouvé les remarquables résultats mis en lumière depuis près de 1400 ans.
S'il est vrai que la graine noire est fortement efficace utilisée seule, des études ont montré des résultats remarquables en combinaison avec d'autres plantes.

La composition chimique de la graine noire est étonnamment riche et complexe. Hormis

son ingrédient primaire, le nigellone cristallin, graine noire contient 15 acides aminés, protéines, hydrates de carbone, deux huiles fixes (acides gras de 84%, linoléique et oléique), et huiles volatiles, alcaloïdes, saponine, et fibres brutes, aussi bien que des minerais tels que le calcium, le fer, le sodium et le potassium. Et de nombreux composants de la graine noire qui n'ont pas encore été identifiés. Mais la recherche continue partout dans le monde !

QUESTIONS SUR LA GRAINE DE NIGELLE

Qu’est ce que la graine noire ?

La graine noire est une herbe traditionnelle utilisée depuis des milliers la santé notamment au Moyen Orient. On la connaît également sous le nom de graine bénie.

Quelles sont les propriétés essentielles de la graine noire ?

La graine noire contient plus de 100 composants, dont beaucoup restent toujours à découvrir. C'est une source riche en acides gras insaturés et contient environ de 35% de lipides, 21% de protides, et 38% d’hydrates de carbone. L’huile est composée à 50% en acides gras essentiels. L'acide linoléique et la prostaglandine gamma E1 d'It.s, aide le corps à combattre les infections, équilibre le système immunitaire, et règle des réactions allergiques. Les acides Gamma-linoléiques également stabilisent la membrane de cellules. La graine noire contient en outre des huiles volatiles de 5-1.5% comprenant Nigellone et thymochinon véritables antihistaminiques, antioxydants, anti-infectieux, on un effet de dilatation des bronches.

Quelles sont certaines des utilisations traditionnelles de la graine noire ?

Traditionnellement, la graine noire est employée pour une divers traitements liés à la santé respiratoire, à l'estomac et les pathologies intestinales, la stimulation du système immunitaire mais aussi des fonctions rénales et du foie, circulatoires et, afin d’améliorer la santé générale. Elle a aussi des vertus qui seront employées contre l'eczéma, le psoriasis, l'arthrite, les inflammations, et le massage du cuir chevelu.

Quelles ont été les recherches scientifiques sur la graine noire ?

Depuis 1959, plus de 200 études universitaires et publications internationales ont prouvé les remarquables résultats mis en lumière depuis près de 1400 ans. En 1960, des chercheurs égyptiens ont confirmé que la Nigellone avait pour effet avéré une dilatation des bronches. Récemment les scientifiques en Europe ont confirmé les effets anti-bactériens et antimycosiques de l'huile de graines de nigelle. Ces chercheurs d’un institut contre le Cancer et d’un laboratoire en Immuno-Biologie ont constaté que la graine noire stimule l’immunité de la moelle osseuse et des cellules et soulève la production d'interféron, protège les cellules contre les virus, détruit des cellules cancéreuses et augmente la production d'anticorps.

Quels sont les effets de la graine noire sur le système immunitaire ?

Par la formation de Protaglandin E1, le système immunitaire est harmonisé et les réactions allergiques sont stabilisées. En empêchant également l'infection, le système immunitaire peut empêcher et commander des maladies chroniques. Les cellules saines quant à elles sont protégées contre les effets préjudiciables des virus, empêchant les

tumeurs et empêche par conséquent, la prolifération de micro-organismes préjudiciables.

Des études cliniques récentes indépendantes ont également établi quelques effets étonnants de la graine noire sur le système de défense

Quels sont certains des autres effets de la graine noire ?

La graine de cumin noir aide le métabolisme, la digestion, et abaisse le taux de sucre dans le sang. Elle est utile dans le traitement du diabète. Pour les pathologies digestives, Les graines de cumin noir stimulent la bile et règlent les désordres intérieurs, améliorent la digestion, et ont pour vertu de combattre vers et parasites de la région intestinale.

Quels sont les avantages globaux de la graine noire ?

La graine noire est une plante qui comporte de très nombreuses vertus, particulièrement du fait qu'elle parvient à maintenir un système immunitaire fort et sain. Elle est également très utile aux individus souffrant d'un affaiblissement du système immunitaire ou encore d'asthme et de problèmes respiratoires, de problèmes de rein ou de foie, de problèmes digestifs et intestinaux, d'arthrite d'allergies et de rhume des foins, d'acnés et autres maux circulatoires. La graine noire est une plante sûre et excellente qui peut être employée par n'importe qui. Elle n'a aucun effet secondaire connu et a une longue histoire d'utilisation pendant plusieurs mille années.

Qui est le plus efficace : l'huile ou la graine de nigelle ?

Tous les deux sont efficaces dans leurs propres normes. Cependant, l'huile de est plus concentrée que la plante elle-même, mais beaucoup de gens préfèrent employer la plante à l'huile. Il faudra cependant faire attention lors de l'utilisation de l'huile de graines de cumin noir du fait que de nombreuses huiles sont importées et peuvent être frelatés ou mélangés avec d'autres huiles. Quelques huiles venant du Moyen-Orient sont extraites au moyen la chaleur et l'hexane, un sous-produit de pétrole. Employez toujours un produit qui en teneur garantie à 100%, pressé à froid, le sans solvants, emballé et scellé en machine.

RECHERCHE SCIENTIFIQUE

Récemment les scientifiques dans le monde ont confirmé les effets anti-bactériens et antimycosiques de l'huile de graines de Nigelle. Les praticiens de santé dans plusieurs pays de par le monde emploient cette huile contre les inflammations de toutes sortes, mais aussi des infections de mycètes. On a même constaté une réduction remarquable de taux du sucre dans le sang. Des chercheurs d'un institut contre le Cancer et d'un laboratoire en Immuno-Biologie ont constaté que la graine noire stimule l'immunité de la moelle osseuse et des cellules et soulève la production d'interféron, protège les cellules contre les virus, détruit des cellules cancéreuses et augmente la production d'anticorps.

Toutes ces fonctions confèrent à l'huile de graines noires le candidat idéal pour la prévention et le traitement du cancer. Les scientifiques sont s'occupent maintenant à trouver les effets de l'huile de nigelle sur d'autres pathologies. Dr.Med.Peter Schleicher, immunologiste à Munich qui en 1986 a été nommé le plus jeune membre de l'académie du monde des scientifiques, a examiné attentivement l'huile de graines de nigelle dans son institut pour afin de trouver de nouvelles thérapies pour traiter des maladies chroniques leurs effets. Ses résultats sont identiques à ceux des études. Schleicher indique, en employant l'huile de graines de nigelle, que les acides gras insaturés valables, par

exemple les acides linoléiques et de Gammaglobuline, entrent dans l'organisation. Il est possible ainsi d'atteindre une synthèse des substances de régulation immunisées dérivées de la prostaglandine E1. L'acide linoléique stabilise les membranes de cellules et la prostaglandine a l'effet d'empêcher l'inflammation. On arrête ainsi les réactions qui causent les maladies et qui pourraient être la cause de nombreuses maladies chroniques comme l'acné et le hayfever voire le cancer. En outre, les allergies sont stabilisées par la substance présente dans l' huile de cumin noir et les réactions sont contrées grâce aux anticorps. Le système immunitaire est normalisé.

Les études témoignent également qu'un système immunitaire affecté peut tout de même connaître une amélioration grâce à l'effet puissant de l'huile de nigelle. Schleicher, en attendant, a examiné l'effet d'huile sur 600 patients. Il confirme ainsi le traitement des allergies d'environ 70% des patients dont des traitements contre le pollen et la poussière, l'acné et les maladies neuro-dermatologiques, pour des patients souffrant aussi d'asthme, etc.. qui ont généralement une résistance immunitaire faible et sont enclins à souffrir de ces infections. C'est pourquoi le Dr.Schleicher va inclure l'huile avec son traitement préventif contre des rhumes et la grippe à Munich.

Au Moyen-Orient et en Asie du sud, cette huile est employée depuis d'années comme remède pour toutes sortes d'allergies, d'inflammation et de problèmes de menstruation, de dépression et affectations morale; mais particulièrement contre la bronchite, l'asthme et la neuro-dermatite tout comme les problèmes de digestion et même d'impuissance. Le prophète Mohammad (s) a indiqué dans son "Hadith" que l'huile de graines noire traite toute maladie sauf la mort. On a même trouvé une petite bouteille d'huile du légendaire Pharaon Toutankhamon!

A l'Ouest, on a longtemps utilisé cette huile pour ses effets contre les problèmes intestinaux, la dysenterie, l'ictère, les problèmes diurétiques et pour augmenter le lait de la mère allaitante. En raison des avancées considérables en matière de recherche médicamenteuse, on a délaissé cette huile jusqu'à récemment. Selon Dr. Schleicher la raison pour laquelle cette huile est si exceptionnelle est que ses éléments agissent à l'unisson pour vaincre de nombreuses affections. Mais on doit s'assurer de n'utiliser qu'une huile pure et exempte de tout ajout.

Les collègues de Schleicher ont réagi très franchement après la publication de ses résultats concluants auprès de ses patients. Le Professeur G. Rietmuller, directeur d'institut pour l'immunologie à l'université de Munich affirme que les extraits de cette graine de cumin noir ont des effets sur l'immunité et pourraient être employé comme bio régulateur. Le Professeur Michael Meurer de la clinique de dermatologie à Munich a été convaincu pendant longtemps du succès de cette huile. De par son expérience sur les affections inflammatoires et dermatologiques et en constatant les améliorations après utilisation de Habbat Saouda. Au congrès international de la recherche contre le Cancer à New Delhi l'automne passé, l'effet anti-tumoral de l'essence de cumin noir a été présenté à une pléiade de scientifiques et médecins.

Auteur: Hans Wagner

1-Le mal de tête

Ibn al-Qayyim affirme dans le chapitre « La médecine prophétique » de son ouvrage « Le bagage pour l'au-delà » : « L'application de l'huile de nigelle en pansement élimine les maux de tête non accompagnés de fièvre ».

Un second mode d'emploi : appliquer l'huile de nigelle sur la partie douloureuse puis masser.
Un troisième: mélanger les graines de nigelle pilées à de l'huile d'olive et administrer par voie nasale quelques gouttes du produit résultant.

2- La migraine hémi céphalique

Prendre une petite quantité de graines de girofle pilées, de la poudre de graines de nigelle et de l'orge pilée, bien mélanger le tout et pétrir avec du miel d'abeille. Appliquer le mélange sur la partie souffrante le soir jusqu'au matin en accompagnant ce traitement d'une prise d'une cuillère à café d'huile de nigelle à jeun et ce, pendant trois jours.

3- Le rhume « Si le patient met dans un bocal de la graine de nigelle pilée qu'il sent régulièrement, il sera délivré de son rhume ». (Ibn al-Qayyim in « Le bagage pour l'au-delà »)
Grillée puis pillé, enfin mélangée à de l'huile d'olive puis administrée par voie nasale sous forme de gouttes, trois à quatre fois par jour, le patient s'en trouve guéri du rhume occasionnel accompagné d'éternuements nombreux.

4- Le mal de dent, de la gencive, de l'aluette et de la gorge
Ibn al-Qayyim déclare: « Si la graine de nigelle est cuite avec du vinaigre et que le patient utilise la préparation dans des bains de bouche, le mal de dents du patient produit par la sensibilité au froid disparait alors ».
Autre préparation : Faire bouillir de la graine de nigelle et utiliser l'eau de la bouillie dans des bains de bouche et des gargarismes. Etaler de l'huile de nigelle sur le cou et des bords du maxillaire
supérieur du côté des dents en prenant une cuillerée d'huile de nigelle à jeun tous les matins.

5- Le vertige, l'otite et les troubles d'audition

Contre les vertiges, il est conseillé de masser les tempes et la nuque d'huile de nigelle.
Contre l'otite, il est conseillé de mettre quelques gouttes d'huile de nigelle bien filtrée dans l'oreille.

6- Les maux de l'oeil

Appliquer l'huile de nigelle sur le pourtour de l'oeil et mélanger quelques gouttes de cette huile à n'importe quelle boisson chaude ou encore à du jus de carottes et consommer le mélange.

7- La déformation occasionnelle du faciès

Ibn al-Qayyim déclare : « L'huile de nigelle remédie aussi aux déformations du menton (lorsque ce dernier a tendance à pencher vers un côté du visage) par application et massage du nez.

8- Dans le traitement de l'insomnie

Prendre une cuillerée d'huile de nigelle mélangée à du lait bien chaud sucré au miel d'abeilles.

9- Dans le traitement des céphalées

Prendre une cuillerée d'huile de nigelle mélangée à du jus de mûres sauvages.

10- Le traitement de l'essoufflement et de l'insuffisance respiratoire

Ibn al-Qayyim déclare : « La prise d'une quantité de graines de nigelles mélangée à de l'eau élimine l'essoufflement et les troubles respiratoires ».

11- L'asthme

Faire bouillir de l'huile de nigelle et respirer profondément la vapeur dégagée matin et soir en y ajoutant une cuillerée d'huile de nigelle à broyer et avaler matin et soir également, à condition que cela soit fait en avant des repas. Il est tout aussi conseillé de se masser la poitrine et le cou d'huile de nigelle avant de se coucher. Il est généralement conseillé de consommer beaucoup d'huile de nigelle en raison de ce qu'elle renferme du nigelle dont les propriétés favorisant une bonne respiration sont connues dans le traitement de l'asthme et de la toux.

12- Les problèmes cardiaques et la tension artérielle

Il est conseillé de consommer de l'huile de nigelle en quantité avec n'importe quelle boisson chaude en raison de son absorption des matières grasses et de son pouvoir à élargir veines et artères. µ

13- L'hypertension

Ajouter quelques gouttes à une quelconque boisson chaude et consommer.

14- Les maladies pulmonaires dues au froid

Prendre une grande cuillère d'huile de nigelle, mélanger à de l'eau, mettre à ébullition, inspirer les vapeurs dégagées en mettant une serviette de bain sur la tête; prendre parallèlement de la tisane de thym mélangée à de la poudre de graine de nigelle où à son huile.

15- Les maux de l'estomac et des intestins

Ibn al-Qayyim déclare: "la graine d'huile de nigelle amoindrit les maux de l'estomac.

16- L'aigreur

Quelques gouttes d'huile de nigelle mélangée à du lait bien chaud sucré au miel d'abeilles.

17- Les ulcères

Prendre une cuillerée d'huile de nigelle, mélanger à une tasse à café de miel d'abeilles, ajouter une cuillère de pelures de grenades douces, consommer le mélange quotidiennement à jeun en le faisant suivre d'un verre de lait non sucré et ce, pendant deux mois.

18- Les crises intestinales

Prendre des quantités égales d'anis, de cumin et de menthe, mélanger et faire bouillir, sucrer au miel et ajouter à l'infusion une cuillère d'huile de nigelle. Consommer chaud. Il est souhaitable de masser l'endroit douloureux avec de l'huile de nigelle.

19- Les maux du pancréas

Mettre une compresse de confis de graine de nigelle pétrie dans de l'huile d'olive réchauffée sur le côté gauche avant de dormir. Consommer en parallèle un verre de tisane de fenugrec sucrée au miel et ajoutée d'une cuillère d'huile de nigelle et ce, pendant quinze jours

20- Les ballonnements et l'expulsion des gaz

Ibn al-Qayyim déclare: « la graine de nigelle élimine les ballonnements, dégage les conduits obstrués et dissout les gaz ».
Mettre trois gouttes d'huile de nigelle dans une tasse de café ou de thé et consommer.

21- Les nausées et les vomissements

Une cuillerée de clou de girofle pilée, une cuillerée d'huile de nigelle, mélangées à une tisane de menthe trois jours durant. Autre procédé: Faire bouillir de la graine de nigelle et du clou
de girofle et consommer trois fois par jour sans sucrer.

22- Les diarrhées

Mélanger une cuillère à soupe d'huile de nigelle à un verre de yaourt et consommer. Réitérer le traitement jusqu'à disparition de la diarrhée.

23- Les problèmes liés à l'élimination de l'urine, les règles et l'activité mammaire

Ibn al-Qayyim nous dit: "Pilée, pétrie avec du miel et consommée avec de l'eau chaude, ... la graine de nigelle facilite l'élimination de l'urine, des règles et pallie les problèmes de sécrétion de lait si le mélange est consommé régulièrement.
Autre façon: Masser la partie au dessus de la vessie avec de l'huile de nigelle en consommant en parallèle de l'infusion de graine de nigelle sucrée au miel chaque soir avant de dormir.

24- L'insuffisance sexuelle

Prendre 200 grammes de graines de nigelle bien pilées, ajouter 100 grammes d'encens mâle écrasé, 50 grammes d'huile de nigelle, 50 grammes d'huile de roquette 50 grammes d'huile d'olives, 200 grammes de miel d'abeille pur. Mélanger le tout et consommer une cuillère avec chaque repas.
Le vieillard de 120 ans ressentira la vitalité d'un homme de 20 ans.

25- Les maux du dos et des articulations (le rhumatisme)

Réchauffer légèrement de l'huile de nigelle et masser énergiquement l'endroit douloureux. Consommer aussi une cuillère d'huile de nigelle trois fois par jour.

26- Le traitement des entorses et des contusions

Faire bouillir une poignée de graines de nigelle, immerger le membre atteint dans l'eau de la bouillie pendant un quart d'heures en tachant d'articuler doucement le membre. Masser ensuite le membre d'huile de nigelle. Ne pas bander, ni agiter ni porter quoique ce soit et ce, avant de
dormir.

27- La résorption des fractures

Prendre une soupe de lentilles, de l'oignon et des oeufs durs. Consommer avec une cuillère bien remplie d'huile de nigelle. Masser d'huile de nigelle les emplacements proches de la fracture. Dès retrait du plâtre,masser doucement à l'huile de nigelle chauffée.

28- La fragilité des os et le problème de la paralysie chez l'enfant

Après retrait des vêtements de l'enfant dans une salle chaude,lui piquer tout le corps d'épines de poisson après quoi masser à l'huile de nigelle. Administrer trois fois par jour au malade une cuillère d'huile de poisson.

29- La lutte contre la chute de cheveux

Bien masser le cuir chevelu de citron , et laisser agir pendant un quart d'heure. Bien laver au shampoing puis bien sécher. Appliquer ensuite de l'huile de nigelle sur tout le cuir chevelu pendant une semaine et la chute de cheveux disparaîtra totalement si Dieu le veut.

30- Le traitement de la calvitie totale et partielle

Une cuillère de graine de nigelle pilée, une tasse à café de vinaigre dilué, une cuillère à café de jus d'ail. Mélanger le tout et appliquer sur la partie atteinte après élimination des poils et grattage de la partie malade. Recouvrir d'une compresse et laisser agir du matin au soir. Masser alors d'huile de nigelle pendant une semaine.

31- Le traitement de l'herpès

Appliquer de l'huile de nigelle sur la partie malade quotidiennement. Il est conseillé de répéter l'opération plusieurs fois par jour.

32- Le traitement des diverses manifestations de champignons dermiques

Prendre un verre de graines de nigelle pilées, un verre d'essence de pommes, un verre d'huile de nigelle. Faire bouillir l'essence de pomme puis verser successivement la graine de nigelle pilée puis l'huile. Remuer jusqu'à épaississement. Appliquer sur la partie malade pendant une
semaine.

33- Le traitement des verrues

masser à l'huile de nigelle pendant quinze jours en s'appliquant à prendre une cuillerée d'huile de nigelle trois fois par jour.

34- Le traitement de la dépigmentation de la peau et des croûtes

Ibn al-Qayyim déclare: "Pilée et mélangée à du vinaigre puis étalée sur les parties atteintes de dépigmentation ou de croûtes ou de pellicules, la graine de nigelle éradique le mal.

35- L'élimination de l'acné juvénile

Ajouter à un verre de graines de nigelle un demi-verre d'épluchures de grenades. Malaxer le tout avec un verre d'essence de pomme. Réchauffer à température supportable et mélanger à une même quantité d'huile de nigelle. Appliquer sur les boutons et les tubérosités.

36- Traitement des maladies dermiques en général

Préparer un mélange d'huile de nigelle, d'essence de rose et de farine de blé aux proportions 2-1-1 respectivement. Nettoyer l'endroit malade par un coton imbibé de vinaigre dilué, étaler la préparation et exposer l'endroit malade au soleil de bon matin. Il est conseillé d'éviter les nourritures entraînant des effets allergiques: oeufs, poissons, mangue etc.

37- Traitement de l'eczéma

Appliquer de l'huile de nigelle tiède sur les parties irritées.

38- Traitement des états dépressifs

Ajouter cinq gouttes d'huile de nigelle à une tasse de café ou
de thé.

39- Traitement du cancer localisé

Masser trois fois par jour l'emplacement de la tumeur et prendre après chaque repas, pendant trois mois, un verre de jus de carottes mélangé à une cuillère d'huile de nigelle.

40- Traitement du diabète

Un verre de graines de nigelle pilées mélangé à une cuillère de myrrhe finement moulu, un demi-verre de graines de cardamine, un verre de pelures de grenades écrasées, un verre de semences de choux écrasées, une cuillère de férule mélangée à de l'huile de nigelle ; Consommer à jeun.

41- Traitement des problèmes gynécologiques et obstétriques

Prendre une cuillerée d'huile de nigelle et mélanger à une infusion d'anis sucrée au miel, cinq fois par jour pendant quarante jours. Il est conseillé d'utiliser l'huile de nigelle avec toutes
boissons chaudes contre les maladies obstétriques.

42- Traitement de la mauvaise mine

Mélanger une cuillère d'huile de nigelle et une cuillère d'huile d'olive, masser le visage de ce mélange et laisser agir pendant une heure. Laver le visage à l'eau et au savon.

43- Développement de l'intelligence et amélioration de la mémoire

Mettre une cuillerée d'huile de nigelle dans une tisane de menthe sucrée au miel naturel. Consommer chaud.

44- Traitement des états de fatigue générale

Prendre quotidiennement et à jeun un verre de jus d'orange mélangé à une cuillère moyenne d'huile de nigelle pendant dix jours.